



知否？知否？ 孩子課外活動應是多或少？

引言：

近年來，愈來愈多家長早在幼稚園階段就讓孩子參加課外活動，希望從小就培養孩子的學習興趣、思考能力、各項技能等。現在課堂外的活動形形色色，供家長選擇，有幫助學業的加強班，亦有才藝學習，如鋼琴、芭蕾、歌

唱、舞蹈等；有運動技能上的活動，如球類、游泳、武術等；還有其他有探索和激發潛能的課外活動等，成為家長為孩子作課外學習的選擇。究竟除了正規課堂之外，孩子應否有太多課外活動？

編輯先生：

您好！

我是 Jessie，兼職工作，有一個 5 歲多就讀 K3 的女兒，女兒 5 歲前就開始為她安排課外活動，現在參與鋼琴、芭蕾、日文、網球、街舞和開發潛能課程等多個活動。活動雖多，但女兒十分投入，也主動要求參與，雖然日程安排滿滿，但樂於參與，結交了不少朋友，獨立性比以前強，我覺得很高興，帶著愉快腳步送女兒上課。但近來發現女兒有點疲態，是否課外活動安排太多？

我是家長可茵，有兩個分別 7 歲多和 5 歲的兒子，是全職媽媽。每天除

了送孩子上學外，課後也接送他們到不同地點去做課外活動。就算是足球班，兩個孩子因程度不同，上課時間也相差了三十分鐘。因為每周參加 4 個不同活動，還加上學校興趣班，接送和等候，使我很疲憊。有時孩子對課程興趣不大，投入感不足，想放棄，母子為此常有爭辯，不知道這些活動是否安排得不够適當，或者是其他原因，希望編輯先生能給予一些意見。

Jessie 和可茵上

兩位年青家長：

您們好！

現今小朋友由幼稚園至小學階段，家長都安排不少課外活動，無論在課後或是週末，由澳門去到其他大灣區

城市都有，如果安排恰當，都是不錯的。孩子參與課外活動，除了增廣知識，會變得獨立和懂事，我們且看看課外活動有甚麼優點：

- 如果選擇一些課堂上沒有教授的學科，具新鮮知

識和技能，會引起學童學習興趣，豐富課外知識。

- 讓孩子選擇自己喜歡的活動。如家長喜歡子女學鋼琴，孩子却喜歡學足球，我們也要尊重他，條件配合到，讓他選擇自己感興趣的項目去學習。

- 高小的學生可選擇一些體育活動，發洩多餘的精力，鍛煉意志，也可釋放壓力，體能活動絕對有助於認知。

- 在課外活動班中，認識到不同的朋友，彼此溝通，擴闊社交圈子，融入新環境中，孩子可學習適應和變得開朗。

- 在學習知識的課外活動中，已預先學懂了課堂的知識，如英語、數學。回到學校，當老師授課時，孩子早於課外班中認知了，總覺得比其他同學有優勢，也增強了自信心，因此學業成績得以提升。

課外活動好處很多，但安排得不適當也有弊處，如孩子參與項目多，於交通上要花上時間，若家中孩子較多，參與不同活動來回接送也會疲累。此外，

孩子於活動中興趣減退，不願意繼續下去，也會和家長發生不愉快。

綜括來說，家長讓孩子參加課外活動已是一種風氣，而大家應留意是否孩子的意願。根據聯合國兒童權利公約第31條，每個孩子都有休息和遊戲的權利，我們不容忽視，家長就是取了這些時間讓他們去投入課外活動。有些活動孩子真心喜歡的，有的卻相反，如果真是不理想，家長應該尊重孩子的意見，彼此商討一下。有時也因為活動時間多了，會影響校內功課，孩子覺得疲累，休息和玩耍時間少了，和父母相處的時間也變少，那還會和我們談心事嗎？有什麼困難更不會和我們去分享。課外活動的多寡，是因應各項條件才選擇參與，家長是否真的需要這樣安排，而孩子是否受用，這些全是我們值得考量，能令孩子健康愉快又得益才是課外活動的價值。

祝生活愉快！

編輯部